

# Smoothie aux fruits rouges à l'épeautre



## Ingrédients pour 1 smoothie

- 300 ml de boisson végétale à l'épeautre
- 150 g de fruits rouges (fraises, framboises, myrtilles...)
- 1 banane
- 2-3 glaçons

1



Temps de préparation : 5 min

1. Mixer les fruits rouges et la banane.
2. Ajouter la boisson végétale à l'épeautre et mixer l'ensemble pour un mélange onctueux.
3. Verser dans un grand verre, ajouter les glaçons et déguster très frais !

